

साना उद्यमका लागि

# व्यक्तिगत सरसफाई असल व्यवहार पुस्तिका



NEHHPA

**unterra**  
A WUSC & CECI PROGRAM



साना उद्यमका लागि

# व्यक्तिगत सरसफाई असल व्यवहार पुस्तिका



NEHHPA

**uniterra**  
A WUSC & CECI PROGRAM



## मुद्रण

साना उद्यमका लागि  
व्यक्तिगत सरसफाई असल व्यवहार पुस्तिका

प्रकाशक : नेपाल हर्बर्स तथा हर्वल उत्पादक संघ (नेहपा) फोन नं.: ४१००२०७  
सहयोगी संस्था : युनिटेरा सेसी नेपाल

### © सर्वधिकार प्रकाशन सुरक्षित

प्रकाशन मिति (प्रथम संस्करण) चैत्र २०७३

लेखन तथा सम्पादन : डा. तिर्थ बजगाई, श्री गोविन्द घिमिरे  
सम्पादन सहयोगी : श्री कंचन भण्डारी, श्री युवराज सुवेदी  
ले आउट डिजाईन : श्री सुर्दशन सिंह (माउण्ट डिजाईन वर्क्स)  
आवरण तस्वीर : श्री कासीराज पौडेल, श्री गोविन्द घिमिरे  
पछाडी तस्वीर : श्री गोविन्द घिमिरे

नेहपाको संस्थागत विकासको लागि सहयोग

मूल्य: रु १००/- (संस्थागत)

रु ७५/- (व्यक्तिगत)

## प्राक्कथन

नेपालका ग्रामिण भेगहरूमा सामन्यतया घरेलु प्रशोधन उद्योगहरूमा व्यक्तिगत सरसफाई र प्रविधिको उचित प्रयोगमा ध्यान गएको देखिएन। उद्यमी व्यवसायीहरूलाई वस्तुको गुणस्तर सम्बन्धमा केही शिप, ज्ञान प्रविधिको प्रयोग गर्दा सामान्य जानकारी नहुँदा समस्याहरू देखापरेका छन्। खाद्य र औषधिजन्य, सौन्दर्य प्रसाधन गर्दा घरेलु प्रविधि अपनाए पनि त्यसको गुणस्तर कायम गर्न सामान्य जानकारीको अभावले उत्पादनको गुणस्तर राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा प्रतिष्ठार्थी नहुन सकछ। वस्तुको बजार विस्तार हुँदा गुणस्तरमा ध्यान नपुग्ने अवस्था साना व्यवसायीको चूनौति हो। गुणस्तर सुधार्न घरेलु मैशिन, उपकरण, काम गर्ने कामदार, उद्योग चलाउने उद्योगीहरूको सानो त्रुटीले उत्पादनले बजार लिएता पनि गुणस्तरहिन उत्पादनहरू उत्पादन गर्नु हुँदैन। उद्यमशिलताको अर्को पहिचान गुणस्तरीय सामान उत्पादन गर्नु हो। गुणस्तर वनाउन व्यक्तिगत सरसफाई मुख्य रूपमा आउँछ। त्यसैगरी मैशिन औजार, भण्डारण, प्याकिङ् दुवानी अर्को पाटो अभ महत्वपूर्ण छ। यी सबै कार्य गर्न प्रशोधन केन्द्रमा निश्चित गरिएका निर्देशिका वमोजिम कार्यान्वयन गर्न गुणस्तरको वस्तु उत्पादन गर्न अहम भूमिका रहेको हुन्छ।

उत्पादनको क्षमता वृद्धि र प्रशोधन केन्द्रको क्षेत्रफल निर्धारण गर्दा समेत ध्यान दिनु अर्को मुख्य काम हो। लगानीको क्षमता अनुसार प्रविधि, औजार सबै कुरा व्यवस्थापन गर्न सक्नु उद्यमशिलताको गुण हो। वस्तुको ब्राण्ड भनेको नै गुणस्तर पहिचान हो। त्यसका लागि साना उद्यमीहरूको प्रतिस्पर्धा भनेको गुणस्तरीय वस्तु उत्पादन गर्नु नै हो। यस पुस्तिकाले साना उद्यमी जो ग्रामिण भेगमा रहेका प्रशोधन केन्द्रमा लाग्न गर्न सकिने शिप र चेतना ल्याउन उपयोगी हुने उद्देश्यले NEHHPA, ले UNITERRA, CECI को प्राविधिक सहयोगमा “व्यक्तिगत सरसफाई असल व्यवहार पुस्तिका” प्रकाशन गरेका छौं। यस पुस्तकको प्रकाशनमा NEHHPA बाट सहयोग पुरयोउने श्री युवराज सुवेदी, श्री कञ्चन भण्डारी, श्री विन्ति गुरुङ र श्री रुजेस बज्रचार्यलाई धन्यवाद दिन चाहन्छौं। साथै प्रकाशनलाई सफल पार्न एवं यस पुस्तकको प्रकाशनका लागि हौसला एवं आर्थिक सहयोग प्रदान गरी सहयोग गरिदिनुहुने UNITERRA नेपालका संयोजक श्री केशव कोईरालाज्यू, वरिष्ठ कार्यक्रम अधिकृत श्री सुगुन विष्टज्यू, बजार बिकास अधिकृत श्री गेले राफे भोटेज्यू, कार्यक्रम अधिकृत श्री दिव्याश्री खड्काज्यू, लेखा प्रशासन अधिकृत श्री सुष्मा श्रेष्ठज्यू एवं सम्पुर्ण CECI परिवार एवं UNITERRA तालिम सहजर्कता अधिकृत, स्वयंसेवक, श्री सुजाने ओइलेटज्यू लाई हार्दिक धन्यवाद दिन चाहन्छौं।

२०८१/१०३/१५

गोविन्द घिमिरे  
अध्यक्ष  
नेहपा

२०८१/१०३/१५

डा. तीर्थराज बजगाई  
बाली शत्रुजीव जोखिम विश्लेषक सल्लाहकार  
नेहपा  
स्वयंसेवक, युनिटेरा सेसी नेपाल

## सी.ई.सी आई, नेपाल बाट सन्देश

डा. तिर्थराज बजगाइद्वारा लिखित “व्यक्तिगत सरसफाई असल व्यवहार पुस्तिका” नेपालमा उच्च गुणस्तरीय जडीबुटी तथा खाद्य पदार्थ उत्पादन गर्नकालागी उद्योग तथा व्यवसायीहरूलाई मुल्यवान सन्दर्भ सामग्री तथा तालीम पुस्तिका हुनेछ भन्ने आशा गर्दछौं । साथै नेहपा र सी. ई. सी. आई, नेपालको सहकार्यमा प्रकाशन भएको यस पुस्तिकाले व्यक्तिगत सरसफाइको क्षेत्रमा साना र तुला कृषि, जडीबुटी र खाद्य प्रशोधन उद्योगहरूलाई लाभावित गर्नेछ ।



श्री केशव कोइराला  
निर्देशक  
सी. ई. सी. आई, नेपाल



श्री सगुन बिटा  
विशिष्ट कार्यक्रम अधिकृत  
सी. ई. सी. आई, नेपाल

## विषय-सूची

|   |   |   |
|---|---|---|
| १ | व्यक्तिगत सरसफाई                                  | १ |
| २ | कर्मचारी तथा सहयोगीको सुविधा                      | २ |
| ३ | कपडा र शरिरको सफाई                                | ३ |
| ४ | व्यक्तिगत सहयोगीहरूको पहिरन                       | ४ |
| ५ | हात धुने तरिका                                    | ५ |
| ६ | व्यक्तिगत स्वभाव                                  | ६ |
| ७ | प्राथमिक उपचार                                    | ६ |
| ८ | उद्योगमा प्रयोग हुने रसायन भण्डारण                | ८ |
| ९ | उद्योगहरूमा आवश्यक पर्ने औजार एवं उपकरणहरू भण्डार | ९ |



## परिचय

सरसफाई भन्नाले सफासुग्रह गरिने वा हुने काम, राम्रो सफाई, चोखोनिती, शुद्ध भन्ने अर्थ बृहत शब्दकोषमा परिभाषित गरिएको छ ।

हाम्रा उधोगहरूमा यसको महत्व कति हुन्छ भन्ने सवाल सरसफाईको अंगका रूपमा लिन सकिन्छ । उद्यम विकासमा गुणस्तर वस्तु उत्पादनमा सरसफाई महत्वपूर्ण रहेको छ ।

कृषि जडिबुटी र खाद्य प्रशोधन केन्द्रमा उत्पादित बस्तुहरूको गुणस्तर सुधारका लागि व्यातिगत सरसफाईको टुलो महत्व रहने कुरालाई यस पुस्तक मार्फत सचेतिकरण गर्ने प्रयास गरिएको छ । प्रसोधन केन्द्रमा कार्यरत सहयोगिहरूले प्रसोधन केन्द्रमा उपलब्ध हावा पानी र वातावरणमा भएका हानिकारक तत्वहरू जस्तै धुलो महिलो एवं मजोखिम गर्ने जिबाणुहरूलाई व्यातिगत सरसफाईका नियमहरूको पालना गरी उत्पादित बस्तुहरूमा प्रवेश गर्ने नदिनका लागि यो पुस्तक सहयोगि हुनेछ ।

## व्यक्तिगत सरसफाई

जडिबुटि कारखानामा सहयोगीहरूलाई नियुक्ति गर्दा उनिहरूको स्वास्थ्य जाँच हुन जरूरी छ । त्यसको निगरानी प्रशासनिक कर्मचारीहरूले गर्नु पर्दछ साथै कारखानाको उत्पादन क्षेत्र र सामान मिलाउने क्षेत्रमा उत्पादित बस्तुहरूको गुणस्तर हेर्ने सहयोगीहरूको नियुक्तिका बखत आँखाजाँच गरीएको हुनुपर्दछ । स्वास्थ्य जाँच एवम् आखाको जाँच समय-समयमा गरिरहनु जरूरी छ । जडिबुटि कारखानामा काम गर्ने कर्मचारीले व्यक्तिगत सरसफाईका बारेमा धेरै जानकारी भएको हुनुपर्छ । उत्पादन गर्ने सहयोगीहरूले व्यक्तिगत सरसफाई अभ्यासहरूको बारेमा राम्रो तालिम लिएको हुनुपर्छ । सबै सहयोगीहरू तथा आगन्तुकहरूले हात सफा गरी कम्पनीको व्यक्तिगत सरसफाई सम्बन्धि नियमलाई पालना गर्नु पर्दछ । सहयोगीहरूलाई विपरित आइपर्न अवस्था जस्ते उत्क कारखानाका कर्मचारी, उत्पादित बस्तु, उपकरण र भवनलाई नोक्सान पुऱ्याउन सक्छ । त्यसको जानकारी आफ्नो सुपरिवेक्षक तथा संचालकलाई तुरल्न्तदिनु पर्दछ र कर्मचारीहरूले त्यसको तालिम लिएको हुनुपर्दछ । उत्पादित बस्तु दुषित हुनबाट बचाउनका निमित्त कारखानाका सहयोगीहरू एवम् आगन्तुकहरूलाई पनि उपयुक्त किसिमको हातधुने र निर्मलिकरण गर्ने बिषयमा तालिम दिइनु पर्छ । उत्पादित बस्तु दुषित हुनबाट बचाउनका लागी उत्पादन सहयोगी तथा आगन्तुकहरूले सफा र निर्मलिकरण गरीएको कोट र काममा लगाउने जुता, कपाल छोप्ने जाली, मास्क र पन्जा लगाउन जरूरी छ । उत्पादन सहयोगीका निजि समानहरू जस्तै औठि, हार, पर्स, घडि र बाहिर लगाउने जुता, लुगा कपडा आदिलाई लकरमा राखेको हुनपर्छ । सहयोगीहरूलाई खान, पिउन, चपाउन र धम्रपान गर्ने कारखानाको कुनै पनि क्षेत्रहरूमा जरै उत्पादन क्षेत्र, कच्चापदार्थ भण्डारण क्षेत्र, मिश्रण क्षेत्र, प्याकिड क्षेत्रमा निषेध गर्नको निम्ती छुट्टै ठाँउको व्यबस्था हुनुपर्दछ ।



फोटो: [www.google.com](http://www.google.com)

## कर्मचारी तथा सहयोगीको सुविधा

बस्तु उत्पादन गर्ने, कारखानामा काम गर्ने सहयोगीहरूका लागी सफा निर्मलिकरण गर्ने स्थान तथा कपडा बदल्ने सुविधा र शौचालयको राम्रो व्यबस्था उपलब्ध गराउनु पर्दछ । उक्त स्थानमा सफापानी, साबुन र हात सुकाउनलाई प्रयोग गर्न सकिने सफा रूमाल, तौलिया अथवा कागजको रूमाल सधै उपलब्ध हुनु जरूरी छ । सहयोगीहरूका लागी कपडा बदल्ने स्थान शौचालयबाट टाढा हुनुपर्छ । र सहयोगीहरूले आफ्नो सामानहरू उपलब्ध गराइएको लकरमा राख्नुपर्नेछ ।



फोटो: [www.google.com](http://www.google.com)



फोटो: गोविन्द घिमिरे

## कपडा र शरिरको सफाई

बस्तु उत्पादन गर्ने सहयोगीहरूले काममा हुँदा सफा कोट, काममा लगाउने जुत्ता, कपाल छोप्ने जाली तथा सफा सुग्घर भई आउनु पर्दछ । उत्पादन सहयोगीहरूको नङ्गे छोटो हुनुपर्छ र नङ्गे पालिस गरेको हुनुहोन्नै । सहयोगीहरूले उत्पादन कार्य गर्न आउँदा आफ्नो कपडा एवम् शरिरलाई उच्च सफाका साथ आउनु पर्दछ । यदि सहयोगीहरूको दाढ़ी र कपाल लामो भएमा माक्स र कपाल छोप्ने जाली अथवा टोपीको प्रयोग गरि दाढ़ी एवम कपालको रीँ उत्पादित वस्तुमा झर्ने अथवा पर्नबाट जोगाउनु पर्दछ । सहयोगीहरूले नक्कली नङ्गे र गहना जरै कानमा लगाउने हिरा अथवा पत्थर जडित अरु कुनै प्रकारको गहना लगाउन हुदैन ।

## व्यक्तिगत सहयोगीहरूको पहिरन

कारखाना भित्र प्रयोग गरीने लुगा-कपडा, सुरक्षित राख्ने कपडा जस्तै एप्रोन (कोट जुता, कपालजाली, दाढ़ी जाली, पञ्जा) सम्पुर्ण बस्तु उत्पादन सहयोगीका सफा एवम् नच्चातिएको धुनमिल्ने सेतो अथवा हल्का रडको कपडाले शरि एवम् कपाल छोपिएको हनु पर्दछ । उक्त बस्तुहरू उत्पादन हुने ठाँउबाट अन्यत्र लानुहुदैन । बस्तुको उत्पादन गर्नमा पञ्जा प्रयोग गर्नु पर्छ तर एउटा बस्तु उत्पादन गर्दा प्रयोग भएको पञ्जा अर्को बस्तु उत्पादनमा प्रयोग गर्न पाइने छैन । र उक्त पञ्जाहरू धोएर पुनःप्रयोग गर्न पनि सकिने छैन । पञ्जाको प्रयोग गर्दा हात सफा संग धोई सफा कपडाले पुछि सकिसके पछि मात्र पञ्जा लगाउनु पर्नेछ । एक घण्टासम्म प्रयोग गरेको पञ्जालाई बदलि अर्को पञ्जा प्रयोग गर्नु पर्नेछ । चाडै बिग्रीने बस्तुहरू बनाउँदा पञ्जाको प्रयोग गर्न उपयुक्त हुनेछ । उत्पादन सहयोगीहरूले कारखानामा बस्तुहरूको उत्पादनमा प्रयोग गर्ने जुता हिल नभएको, नचिलिने र खुट्टा पुरै छोपिने हुनुपर्दछ ।



फोटो: AHP

## हातधुने तरिका

हातधुनका लागी राखिएको सफा बेसिनमा मात्र हातधुनु पर्नेछ । प्रत्येक हातधुने ठाँउमा बगीरहने तातो र चिसो पानी, साबुन, हात पुछ्न प्रयोग गरिने सफा कपडाको रुमाल वा कागजको रुमाल उपलब्ध गराइनु एवम् त्यसको प्रयोग हुनुपर्नेछ । बेसिनहरू सधै सफा हुनुपर्छ । बस्तुहरूको उत्पादनमा, उत्पादन सहयोगीहरूले पटक-पटक साबुनले हातधुन जरूरी छ ।

बस्तुको उत्पादन तथा प्रशोधन कार्य शुरू हुनु भन्दा पहिले, बस्तुको उत्पादन पश्चात् र शौचालयको प्रयोग पछि उत्पादनमा प्रयोग गरिएको उपकरण र विधुतिय स्विचहरू एवम् हरेक ठाँउ छुदा साबुन पानीले हातधुन जरूरी छ । चाँडै बिग्रिने बस्तुहरूको उत्पादन गर्दा सोझै हातले नछोइकन सफा चिम्टा, सडासो, चम्चा आदिले चलाउन एवम् मिश्रण गर्न असल मानिन्छ ।

बस्तुको प्रशोधनमा, कारखानाको बस्तु उत्पादन स्थलमा धुम्रपान गर्नु हुदैन् ।

## हातधुने तरिका

पानीले हातलाई भिजाउने



हातमा साबुन लगाउने



साबुन कम्तीमा २०  
सेकेन्डसम्म राम्ररी मोल्ने



पानीले हात धुने



पेपर टावल अथवा सफा  
रुमालले हात सुकाउने

## ब्यक्तिगत रूपमात्र



फोटो: [www.google.com](http://www.google.com)

उत्पादित बस्तुमा पर्ने गरी हाँच्छुउ गर्न एवम् खोक्न मनाहि छ । हाँच्छुउ गर्नु पर्दा दाँया वा बाँया हात उठाई कुमलाई बंगाई नाकलाई ढाकी हाँच्छुउ गर्न सकिने छ । उत्पादन गर्ने उपकरणलाई सकेसम्म चिसो हातले छुनुहुदैन । आफुसँग सम्बन्धित सामानहरू लकरमा राख्नु पर्छ ताकि काम गर्ने कोठामा होइन । एप्रोन तथा काममा लगाउने जुता बाहिर निस्कदा खोलेर जानुपर्छ । खाद्य उत्पादन क्षेत्रमा बस्नु, कपाल छुन र धुम्रपान बाट टाठा रहनु पर्छ । चाँडै बिग्रिने बस्तुहरूको उत्पादन गर्दा सोर्फै हातले नछोइकन सफा चिम्टा, चम्चा आदिले चलाउन एवम् मिश्रण गर्न असल मानिन्छ ।

## प्राथमिक उपचार

कुनै घाउ-चोटपटक लागदा प्रयोग गरिने ब्यान्डेज एवम् औषधिहरू राखिएको ठाँउको जानकारी बस्तु उत्पादन सहयोगीहरूलाई हुनु जरुरी छ । एबम् आवश्यक पर्दा उक्त प्राथमिक उपचारका लागी राखिएका बस्तुहरूको प्रयोग गर्न सकिने छ । कारखानामा काम गर्ने सहयोगीहरू तथा कर्मचारीरूले आफुलाई स्वास्थ्य सम्बन्धि कुनै समस्या आए त्यस्को तुरन्त जानकारी सुपरिबेक्षक लाई गराउनु पर्दछ र उस्ले ठिक नहुदा सम्म बिदा लिन सक्छ । हात खुट्टामा कुनै घाउचोट लागेको अवस्थामा उक्त घाउलाई निलो ब्यान्डेज अथवा प्रष्ट देखिने ब्यान्डेज र पन्जा अथवा बुट्को प्रयोग गरेर मात्र बस्तु उत्पादन कार्यमा संलग्न हुनु पर्नेछ । बिरामी भएको व्यक्ति उत्पादन गर्ने ठाँउमा प्रवेश गराउनु हुदैन । बिरामी भई काममा फर्केका उत्पादन सहयोगीहरूले आफु स्वरथ भएको पुष्टि गरी आफ्नो संचालक तथा प्रबन्धक सँग सोधेर मात्र कारखानाका बस्तुहरूको उत्पादनमा सहयोग एवम् काम गर्न सक्नेछन् ।

**प्राथमिक उपचार बक्स तयारी अवस्थामा राख्नुपर्दै ।**



फोटो: [www.google.com](http://www.google.com)

## उद्योगमा प्रयोग हुने रसायन भण्डारण

उद्योगमा प्रयोग हुने रसायनहरू लाई भण्डारण गर्दा उत्पादन सहयोगीहरूलाई जानकारी हुनेगरी एवं कारखानाका कुनै पनि कर्मचारी सहयोगी एवं आगन्तुकहरूको स्वारथ्यमा हानी नपुग्नका लागि स्पष्ट रूपमा रसायन भण्डारणमा खतरा लेखि ढोकामा टासिएको हुनुपर्ने छ । रसायनहरू निम्न बमोजिमका हुन्छन् ।

- |                              |                                      |
|------------------------------|--------------------------------------|
| १. स्वारथ्यलाई हानिकारक हुने | २. ज्वलनशील वा विस्फोटक हुने सामग्री |
| ३. अति अम्लिय                | ४. ग्राँस सिलिण्डर                   |
| ५. बल्का लागि मदत गर्ने      | ६. वातावरणका लागि विषादी             |
| ७. अति विषालु                | ८. अन्य नोक्सान पन्याउने             |

### निम्न वमोजिमका संकेतहरू लेखि भण्डारण गर्ने



## उद्योगहरूमा आवश्यक पर्ने औजार एवं उपकरणहरू भण्डार

कुनै पनि साना वा ठूला उद्योगहरूमा काम गर्नका लागि थर्मोमिटर, प्रेशर गेज, तराजु, चिम्टा, पन्यू, डाङु जस्ता औजार एवं उपकरणहरूको आवश्यकता रहन्छ । यी उपकरण एवं औजारहरू सफा गरी भण्डार गर्दा व्यवस्था गरि एको स्थानमा अथवा क्याविनेटमा राखिनुपर्छ । साथै यस्ता कुनै पनि औजार एवं उपकरणहरू लकर कोठामा शौचालयमा, फोहोर राख्ने कोठामा ढलको मुनी र भन्याडको मुनि राखिनु हुँदैन । साथै सफा गरिएका कारखानामा प्रयोग हुने लुगा कपडाहरू लकरमा राख्नुपर्छ । यदि कारखानामा लुगा कपडा भएमा धोइएका कारखानामा प्रयोग गरिने लुगा कपडाहरू उक्त लुगा कपडा सफा गर्न कोठामै सफासँग राख्न सकिने छ ।



फोटो: [www.google.com](http://www.google.com)

## सरसफाईका नियमहरू र व्यवहार

१. प्रशोधन केन्द्र भित्र वाहीर प्रयोग गरेका जुत्ता वा चप्पल वाहीरै राखी भित्र राखिएको जुत्ता वा बुट मात्र प्रयोग गर्नुहोस् ।
२. प्रशोधन केन्द्र कोठा भित्रका भयाल, ढोका वा भेण्डलेसनमा जाली (फिल्टर) लगाउनु पर्छ । भिगां, भुसुना र धुलो छिर्नवाट वचाउनुहोस् ।
३. प्रशोधन केन्द्र भित्र काम गर्नेले हातमा घडी, औठी, चुरा र कुनै पनि गरगहना प्रयोग नगर्नुहोस् । जसमा किटाणुहरू टासिएर रहन गई मिसिन सक्छ साथै ति वस्तुहरू टुटफुट भई प्रशोधित वस्तुहरूमा मिसिनगई हानी नोकसानी हुन सक्छ ।
४. प्रशोधन केन्द्र भित्र पस्नु पूर्व हात, खुट्टा राम्ररी साबुन पानीले धोइ रूमालले हातलाई पुछी ग्लोब, एप्रोन, माक्स, हेयरनेट प्रयोग गरी काम गर्नुहोस, प्रसोधन केन्द्र वाहीर आउनु अगाडी भित्रै यी कपडा खोली वाहीर जानुहोस् ।
५. आवश्यक सामाग्री ठिक ठिक ठाउँमा राख्नुहोस । जस्तै, निर्मलीकरण बोतल, सेनिटाईजर, हात पुछ्ने रूमाल, थर्मोमिटर, जोख्ने मेशिन, आवश्यक भांडाहरू, जुस छान्ने मलमल कपडा, जाली, ग्लोब, एप्रोन इत्यादी ।
६. प्रशोधन केन्द्र भित्र काम सकिए पछि सबै प्रयोग गरिएका भांडा र मेशिनहरू उम्मलेको तातो पानीले सफा गरेपछि मात्र फेरी प्रसोधन गर्न थाल्नुहोस् र उत्त सामाग्रीहरू सरसफाई पछी यथा स्थानमा राख्नुहोस् ।
७. प्रशोधन केन्द्रमा धुम्रपान, वा अन्य खानेकुरा नखानुहोस् । चर्पी जानु परयो वा वाहिर निस्कनु परयो भने वाहीर जानु अघि भित्र प्रयोग गरिएका कपडा, चप्पल भित्र खोली जानुहोस् । भित्र पस्नु अघि पूनः हात खुट्टा सफा साबुनपानीले सफा गरी पस्नुहोस् ।
८. प्रशोधनकेन्द्र वरीपरी पशुपंछी कुखुरा, वाखा, गाइ वस्तु, आदी आउन नदिनुहोस् र प्रशोधन केन्द्र वरीपरी सफासुग्घर राख्नुहोस् ।
९. अस्वस्थ्य, रुधा, खोकी, भाडापखाला लागेको बेला प्रशोधन केन्द्रमा काममा संलग्न नहुनुहोस् ।
१०. किटाणु आंखाले देख्न सकिन्न त्यसैले प्रशोधन केन्द्रलाई सरसफाई गरि फोहरमैल बाट टाढा राख्नुहोस ।

## सन्दर्भ सामाग्री

नेपाली बृहतकोष

DURHAM UNIVERSITY FOOD SAFETY MANUAL, 2006

AHP- 2007

[http://www.ehss.vt.edu/programs/HCM\\_gen\\_require.php](http://www.ehss.vt.edu/programs/HCM_gen_require.php)



सिन्धुलीगढी फलफूल प्रसोधन केन्द्र  
फोटो: गोविन्द घिमिरे



## NEHHPA

**Nepal Herbs and Herbal Products Association**  
Pachali, Teku, Kathmandu, Nepal  
Phone : 00977-1-4100207  
Email : [nehhpap@gmail.com](mailto:nehhpap@gmail.com) | [www.nehhpa.org.np](http://www.nehhpa.org.np)

# Canada

The Uniterra program receives funding from the Government of Canada, provided through Global Affairs Canada.

**CECI Nepal**

Kathmandu, Nepal  
T: +977 1 4414430/4426791  
E: [cecinepal@ceci.ca](mailto:cecinepal@ceci.ca)  
[www.ceci.ca](http://www.ceci.ca)